



---

ÁREA TEMÁTICA: Saúde, Corpo e Sexualidade

---

"Sinto logo existo!..." – Estudo Sociológico sobre Sexualidade na Terceira Idade

---

VALENTE, Rui

Licenciado em Sociologia das Organizações

Pós-Graduado em Sociologia da Saúde

Universidade do Minho

rpedrovalente@sapo.pt

---

### Resumo:

O presente artigo baseia-se nos resultados alcançados num trabalho de investigação desenvolvido no Instituto de Ciências Sociais, Departamento de Sociologia da Universidade de Minho, no âmbito da dissertação de Mestrado em Sociologia – Área de Especialização em Saúde, subordinado ao tema: "*Sinto Logo Existo!...*" – *Estudo Sociológico sobre Sexualidade na Terceira Idade*.

Trata-se de um estudo exploratório, descritivo simples, através do qual se pretendeu compreender sociologicamente a resposta à pergunta: *de que forma os homens e as mulheres com idade igual ou superior a 65 anos vivenciam a sua sexualidade?*

Do ponto de vista metodológico, o estudo desenvolveu-se a partir de uma amostra por conveniência, que abrangeu 45 indivíduos de ambos os sexos, utentes de dois Lares do Concelho de Pombal, com idades compreendidas entre os 65 e os 94 anos, cuja orientação sexual, explícita, é heterossexual. Como instrumento de medida e recolha de informação, foi utilizada a entrevista semi-estruturada, sujeita posteriormente a uma análise categorial.

A metodologia seguida permitiu-nos concretizar os objectivos traçados e validar a hipótese de investigação de que, *contrariamente a certas ideias preconcebidas nas sociedades modernas, o processo de envelhecimento natural dos indivíduos não impede o desenvolvimento de uma vida sexual activa na velhice*.

Concluiu-se que a maioria dos sujeitos da amostra manteve a actividade sexual após os 65 anos, com relevância para o género masculino. Destes, cerca de um quarto (n=8; 4 homens e 4 mulheres) mantém a actividade sexual. É no grupo etário entre os 70 e os 79 anos que a generalidade dos sujeitos cessa as relações sexuais.

Palavras-chave: Envelhecimento; Sexualidade; Terceira Idade





## 0 - Introdução

*Oh senhor é capaz de não ser como quando se tinha 20 ou 40 anos (...). Mas ainda consigo fazer feliz uma mulher. [Erecção] sim, siiimm... no meu caso ainda se põe de pé... As relações sexuais são muito importantes para a minha felicidade. O que era um homem sem sexo?*

(Ent. 4, homem de 81 anos, viúvo).

Convictos de que a Sociologia tem um papel insubstituível na investigação e compreensão do complexo fenómeno interdisciplinar que é a sexualidade na terceira idade, desenvolvemos no âmbito da dissertação de Mestrado em Sociologia – Área de Especialização em Saúde, um estudo subordinado ao tema: *Sinto Logo Existo!... – Estudo Sociológico sobre Sexualidade na Terceira Idade*.

A problemática da sexualidade não é um objecto novo ou estranho ao campo disciplinar das ciências sociais. Embora de forma diferencial, a Sociologia e a Antropologia são as que mais têm contribuído para o estudo da sexualidade (Heiborn, *et al.*, 1999). Podemos dizer que esta problemática começou a ganhar legitimidade no campo da investigação dentro das ciências sociais, a partir da dissociação entre a sexualidade e reprodução biológica da espécie, motivada pelo desenvolvimento e utilização dos métodos contraceptivos hormonais, na década de 60 do século XX, e o advento da epidemia do V.I.H./S.I.D.A., na década de 80 do mesmo século.

Segundo GIDDENS (2001) o impulso dado ao estudo da sexualidade pelas ciências sociais, deve ser entendido no contexto da Sociedade Ocidental do final do século XX, ao eleger como centro de reflexão para a construção da pessoa moderna as questões relacionadas com intimidade, a vida privada e a sexualidade. Neste contexto, o indivíduo moderno passa a ser visto como um sujeito político, livre, autónomo, portador de direitos de cidadania e passa a ter-se em conta a sua constituição subjectiva, marcada por múltiplos dispositivos disciplinares que tornam a experiência de género e da sexualidade centrais para a constituição das identidades (Dumont, 1993).

No entanto, sobre o fenómeno da sexualidade na terceira idade, são escassas as análises sociológicas desenvolvidas até à actualidade. A Sociologia tem-se centrado, antes, no estudo das relações pré-nupciais, na escolha de cônjuges, no funcionamento das famílias, no divórcio, na análise das famílias *recomposées*. Tem-se dedicado ao estudo do parentesco, do casamento, da família e à proibição do incesto. Porém, pouco se sabe sobre a sexualidade dos sujeitos com idade igual ou superior a 65 anos.

Assim partimos de um silogismo *Sinto logo existo (...)* idêntico ao do filósofo Descartes, para estudarmos, do ponto de vista sociológico, a sexualidade na terceira idade. Utilizando semelhante raciocínio, este estudo assenta no pressuposto de que a sexualidade é um fenómeno indissociável da existência humana e, por conseguinte, se a pessoa idosa existe, é naturalmente um ser sexual, independentemente, da faixa etária a que pertence. O título deste trabalho “Sinto logo existo!...” pretende ainda exaltar as necessidades afectivas e sexuais dos mais idosos e questionar o pensamento comum das sociedades modernas que ignoram, desvalorizam e discriminam a sua sexualidade, considerando-os, frequentemente, como seres assexuados. “Há atitudes de absoluta incompreensão perante as manifestações afectivas e sexuais, constatando-se que se fala pouco da sexualidade dos mais velhos (Pascual, 2002).

Nestas sociedades “ditas” desenvolvidas, é essencialmente valorizado o que é novo, o que é inédito, a rapidez das mutações, a ruptura, o consumo imediato, a produtividade e o lucro fácil, ou seja, o



*homo economicus* em detrimento do *homo socius*. Neste contexto, o idoso é considerado improdutivo e por isso desvalorizado. “A sua existência é muitas vezes considerada um peso para as sociedades industrializadas e cada vez mais urbanizadas. O contributo que ele deu para o desenvolvimento dessas mesmas sociedades é ignorado. O idoso afastado da vida activa profissional, é na maioria dos casos, relegado pela sociedade para uma situação de marginalização, senão morte social organizada” (Leandro, 1991: 361).

A pertinência deste estudo justifica-se pelas actuais mudanças da estrutura etária da população da generalidade das sociedades modernas (alterações significativas no número de nascimentos, na Taxa de Natalidade, na população activa e, principalmente, no crescimento acentuado da população com 65 e mais anos de idade). Por outro lado, os estudos sobre a sexualidade na terceira idade são escassos e quase sempre se limitam a uma abordagem médico-terapêutica que, invariavelmente, trata a questão da sexualidade na terceira idade a partir de concepções de patologia associada a distúrbios fisiológicos (Capodieci, 2000) e ignoram todo o complexo psico-sócio-cultural que participa, permeia e condiciona a realidade social e a vivência sexual dos idosos. Finalmente, as múltiplas concepções de sexualidade e de velhice existentes na maioria das sociedades industrializadas estão impregnadas de mitos, crenças, preconceitos e falsos estereótipos, sendo um dos mais prevalentes e negativo, a ideia da velhice assexuada ou *sexless old age*.

Portanto, o contexto actual sugere-nos que a problemática do envelhecimento e da sexualidade na terceira idade, carece de um “novo olhar” e devem tornar-se prioritários para todas as pessoas da sociedade civil e para os responsáveis políticos. A evolução sociodemográfica faz do grupo dos indivíduos situados na “terceira idade” um grupo cada vez mais significativo, pelo que urge compreender melhor as suas necessidades psicossociológicas, dando-se especial relevância, neste estudo, às suas práticas e vivências sexuais.

Os objectivos gerais subjacentes ao presente estudo foram: primeiro, compreender sociologicamente as necessidades afectivas e sexuais dos mais idosos; segundo, questionar o pensamento comum das sociedades modernas que ignoram, desvalorizam e discriminam a sexualidade destas pessoas, considerando-as, geralmente, como seres assexuados; terceiro, identificar os factores socioculturais que mais influenciam a sexualidade na terceira idade e dar resposta à pergunta: “de que forma os homens e mulheres com mais de 65 anos de idade vivenciam a sua sexualidade?”

Para a prossecução destes objectivos formulou-se a seguinte hipótese de investigação: *o processo de envelhecimento natural dos indivíduos não impede o desenvolvimento de uma vida sexual activa na velhice*.

Conscientes da obrigatória multidisciplinaridade de que, na actualidade, se reveste a investigação sociológica, tentámos que esta abordagem seja “aberta” e funcione como um ponto de partida para outros estudos.

## **1 - Contextualização da Sexualidade na Terceira Idade**

Mesmo sendo escassos os estudos sobre a sexualidade na terceira idade, a literatura sugere que muitos idosos mantêm o interesse e as capacidades sexuais até idades muito avançadas e nos casos em que tal não se verifica, deve-se a problemas de saúde, e sobretudo, a factores ambientais que os impedem de se interessar e de ter comportamentos sexuais (López e Fuertes, 1999).

Na opinião de Pereira (2007) os estudos sobre o sexo em idade avançada escasseiam, particularmente, em Portugal, embora estes não sejam obrigatórios para comprovarmos que o tema da sexualidade na terceira idade ainda está envolto em diversos mitos. Por outro lado, consideramos prudente frisar que os estudos existentes sobre comportamentos sexuais na velhice têm um valor muito limitado. A



generalidade das amostras estudadas são pouco representativas: quase sempre os sujeitos são voluntários e residentes em instituições, vivem em situações desfavoráveis, tornando-se inadequado generalizar as suas conclusões.

Com efeito, no presente estudo tivemos sempre em consideração que a actividade sexual do idoso depende de diversos factores: físicos, biológicos, geográficos, socioeconómicos e do contexto sociocultural em que o idoso se insere.

Conforme já referimos, a relação sexual tem sido vista nas sociedades modernas ocidentais como uma actividade monopolizada e centrada, quase exclusivamente, nas pessoas jovens, com boa saúde e fisicamente atraentes. A ideia de que as pessoas de idade avançada vivenciam a sua sexualidade, mantendo a actividade sexual regular e satisfatória, é culturalmente mal aceite pela sociedade.

Segundo Ballone (2002), apesar das pressões e constrangimentos culturais impostos pela sociedade, os indivíduos em idade avançada conservam a necessidade psico-fisiológica de manter a sua actividade sexual. Para este Autor não existe idade limite que determine o fim da actividade sexual, dos pensamentos e dos desejos sexuais. No entanto, a pressão cultural associada a um complexo *cocktail* de factores psico-fisiológicos e socioeconómicos (dos quais se destaca a falta de informação e incipiente formação sexual), fazem com que a generalidade dos idosos experimentem sentimentos de culpa, vergonha e se considerem pessoas anormais, por manterem o interesse sexual. A este propósito Limentani (1995) salienta que os idosos distanciam-se e esquecem-se do seu próprio corpo e que a sociedade impõe-lhes que a sua sexualidade seja ignorada, tanto ou mais que na infância.

Pensando nos diversos segmentos sociais que compõem a sociedade portuguesa, destacando-se por exemplo a família e os *mass media*, a sexualidade na terceira idade, é na generalidade, considerada inapropriada, imoral e bizarra. O idoso é discriminado sexualmente e reduzido à sua inutilidade.

Apesar dos citados constrangimentos em torno da sexualidade na terceira idade, a bibliográfica analisada (e.g., Kaiser, 1986; Master e Johnson, 1988; Schiavi, 1995; López e Fuertes, 1999; Valera, *et al.*, 2004; Vasconcellos, *et al.*, 2004; Menezes, *et al.*, 2005) mostra que a generalidade das pessoas em idade avançada são perfeitamente capazes de manter relações sexuais e de sentir prazer, embora a literatura médica enfatiza que a função sexual do idoso sofre alterações fisiológicas decorrentes do processo de envelhecimento<sup>1</sup>. No entanto, há autores que defendem que as mudanças fisiológicas normais que acompanham o processo de envelhecimento humano podem ter pouca ou nenhuma interferência na sexualidade da pessoa idosa. O declínio do desejo sexual percebido pelas pessoas com o avançar da idade, parece estar mais relacionado com os aspectos psicossociológicos do que com os aspectos fisiológicos (Butler e Lewis, 1985; Capodiecì, 2000).

Os primeiros estudos publicados sobre sexualidade, incluindo a actividade sexual na terceira idade, foram desenvolvidos por Kinsey, *et al.* (1948) e mais a tarde por Masters e Johnson (1966) que relataram que a actividade sexual prazerosa (incluindo o coito) pode continuar na velhice, embora tanto nos homens como nas mulheres, ocorre-se um gradual declive da actividade e interesse sexual. Posteriormente, foram publicados outros estudos que introduziram novas variáveis de análise, embora os resultados fossem semelhantes.

Estudos mais recentes demonstram igualmente que a sexualidade na terceira idade é uma realidade. Um estudo cuja a amostra foi constituída por pessoas com idade entre os 80 e os 102 anos conduzido por investigadores da Universidade de Harvard (Garry, *et al.*, 2001) demonstrou que os prazeres da actividade sexual – carícias, cópula e a masturbação –, perduram ao longo da vida durante mais tempo do que muitos jovens pensam. “Os investigadores concluíram que 83% dos homens e 30% das mulheres se compraziam em actividades íntimas que não somente a cópula. Para 72% dos homens e 40% das mulheres a masturbação é uma prática habitual. Verificaram ainda que a cópula é a prática sexual que as pessoas tendem a praticar com menos frequência à medida que aumenta a idade” (Visão/Harvard Medical School, 2001: 21).



A partir dos resultados de uma outra pesquisa, realizada com base em entrevistas aplicadas a uma amostra composta por mulheres brasileiras que frequentam Centros de Dia, na faixa etária dos 59 aos 77 anos, sendo que 52,8% tinham idades entre os 59 e os 64 anos, 35,8% entre os 65 e os 70 anos e 11,3% entre os 70 e 77 anos, as Autoras verificaram que a maioria das mulheres têm comportamentos receptivos ao relacionamento afectivo e sexual: 54,7% da amostra declarou que gostaria de estabelecer relações de amizade e afectivas com homens da sua idade; 77% das mulheres afirmaram que é saudável uma aproximação afectivo-sexual entre pessoas idosas; mais de 50% manifestaram apreciar e receber demonstrações de carinho e afecto de um homem e a maioria das mulheres da amostra gostaria de experimentar um novo namorado, companheiro ou marido (Reis, *et al.*, 2002).

Vasconcellos, *et al.*, (2004) procedendo a uma análise – *Transcultural comparison* – seleccionaram duas amostras, uma brasileira e outra portuguesa, com o objectivo de caracterizar os conhecimentos, as atitudes, as crenças e as práticas sexuais, de 187 pessoas entre os 52 e os 90 anos de idade, com boa saúde física e mental. Concluíram que 24% de mulheres brasileiras, 38% de mulheres portuguesas e 78% de homens portugueses mantêm relações sexuais, pelo menos, uma vez por mês.

Noutro estudo, desenvolvido a partir de uma amostra de 10 homens e 10 mulheres, com idade igual ou superior a 60 anos, com um nível médio de instrução, classe socioeconómica média-alta e sem problemas de saúde, as Autoras concluíram que a maioria dos sujeitos entrevistados para além de gostar de relações sexuais, refere necessitar delas para o seu bem-estar geral. As investigadoras estimam que no Brasil cerca de 70% dos homens e 20 % das mulheres com mais de 60 anos são sexualmente activos (Menezes, *et al.*, 2005).

Com base numa investigação encomendada pelo Instituto Nacional de Estatística dos E.U.A. à Universidade de Chicago (2007), publicada na revista científica “The New England Journal of Medicine”, os investigadores revelaram os resultados de um inquérito sobre o comportamento sexual em idade avançada, efectuado a 3005 norte-americanos de ambos sexos, com idade compreendida entre os 57 e os 85 anos. Verificaram que na faixa etária dos 57 aos 64 anos, 73% dos sujeitos são sexualmente activos. A percentagem cai para os 53% na faixa etária entre os 65 e os 74 anos de idade, e para 26%, entre os 75 e os 85 anos. As mulheres idosas relataram ter menos relacionamentos amorosos e sexuais, comparativamente com os homens da amostra. Outro dado interessante encontrado, foi a existência de uma correlação positiva entre o estado de saúde dos sujeitos e a actividade sexual: entre os idosos que declararam ter bom estado geral de saúde, 81% dos homens e 51% das mulheres eram sexualmente activos. Dos que declararam ter mau estado geral de saúde, em geral, não praticavam sexo (in *Newsletter* Jornal “New York Times”, ed. 14 de Janeiro 2008).

Também noutros domínios<sup>ii</sup>, nomeadamente, na literatura moderna, no romance, a problemática da sexualidade na terceira idade tem sido objecto de inspiração. A este propósito cabe destacar a obra, “O Animal Moribundo”, de apaixonante premência e uma impressionante exploração do afecto, da liberdade e do prazer, do escritor Philip Roth (2006), que escreve uma história de descoberta sexual contada a respeito de um homem de setenta anos, “David Kepesh”, que experimentou viver aquilo a que chamou de “virilidade emancipada” fora do alcance da família e de uma parceira convencional.

Na mesma linha, mas numa espécie de viagem de descoberta mútua e de autodescoberta pelos horizontes da mais profunda natureza humana – dos afectos, do prazer, da sexualidade nas diversas fases da vida –, António Alçada Batista (2001) numa obra, intitulada, “O Tecido do Outono”, aflora a vida sexual de um homem, chamado “Filipe”, que depois de várias experiências sexuais e já idoso, mantém activa a sua vida sexual com a “Matilde”, mulher de quem se tinha divorciado no início da fase da vida adulta. Portanto, embora com tónicas diferentes os autores desenvolvem uma visão arrojada sobre o amor e o sexo na terceira idade, que de certa forma revoluciona e desmistifica a ideia de que a sexualidade na terceira idade não existe.

Em síntese, a literatura científica sugere haver uma diminuição da frequência das actividades sexuais com o avançar da idade, a qual afecta também o interesse sexual, sendo este mais contundente



nas mulheres. De qualquer modo, o mais importante para este estudo é o facto da generalidade dos autores admitir a existência de diferenças individuais significativas, quanto às vivências e práticas sexuais na velhice. Sobressaem as características das relações sexuais na juventude, o estado de saúde, a toma de medicamentos, a existência de alterações psicopatológicas, bem como aspectos psicossociais, tais como, a existência de um parceiro(a) estável, a frequência e qualidade da relação, o nível educacional e a vivência e integração social dos indivíduos idosos. É certo que os estudos referenciados devem ser interpretados com prudência pelas razões já mencionadas. Contudo, não deixa de ter relevância que, na generalidade, indicam que muitos idosos desejam ter prazer com a actividade sexual e que uma parte importante deles, de facto, mantém actividade sexual até uma idade muito avançada. Sugerem também, que para ambos os sexos, são muitas vezes causas de natureza psicossocial que condicionam a actividade sexual.

### **3- Delimitação do campo de estudo e dos elementos da amostra**

Por contingências de disponibilidade humana e de tempo para a pesquisa, foram seleccionadas duas Unidades de Observação da área residencial do investigador: o Lar Rainha Santa Isabel da Misericórdia de Pombal (Unidade de Observação 1) e o Lar Flor da Serra, Lda. (Unidade de observação 2).

No que concerne à amostra optámos por uma amostra não probabilística por conveniência. A escolha da amostra realizou-se através de uma reunião entre o investigador e as direcções técnicas das duas Unidades de Observação, na qual foram apresentados os critérios de inclusão dos sujeitos da amostra: indivíduos com 65 e mais anos, com algum nível de independência funcional e intelectual, lúcidos e sem alterações na capacidade de comunicação. A amostra retirada do universo (N=190) foi composta por 31 indivíduos pertencentes à Unidade de Observação 1 e 14 à Unidade de Observação 2. No total (Unidade de Observação 1 + Unidade de observação 2) foi obtida uma amostra constituída por 45 sujeitos, sendo que 22 são homens e 23 são mulheres.

Quanto à técnica de recolha de dados, optámos pela utilização da entrevista semi-estruturada ou semi-directiva. Foram efectuados pedidos formais de autorização para a realização das entrevistas às Direcções das instituições seleccionadas, vindo a ser realizadas entre Outubro e Novembro de 2006.

As entrevistas foram orientadas segundo um guião pré-elaborado, o qual foi adaptado a cada entrevistado, de acordo com os objectivos de estudo e a informação pretendida, garantindo o anonimato (quer do entrevistado, quer da instituição). A duração média de cada entrevista foi de 45 minutos e realizada numa sala reservada, com ambiente calmo, em cada uma das Unidades de Observação. Portanto, a situação de realização das entrevistas foi boa.

As entrevistas foram integralmente gravadas em registo áudio (com o consentimento dos entrevistados) seguidas de transcrição. Posteriormente foram sujeitas a uma análise temática e categorial de conteúdo com vista a descrever e a interpretar os significados latentes e manifestos dos discursos recolhidos. Inicialmente a análise de conteúdo foi de cariz exploratório, para identificar as principais temáticas enunciadas e relatadas pelos entrevistados. Seguidamente, construímos uma grelha de análise, assente em 17 temas (Quadro 1), que nos permitiu registar de modo exaustivo e sistemático as vivências sexuais dos entrevistados.



Quadro 1 – Temáticas das entrevistas

Tema	Título
1	Caracterização da infância
2	Experiência amorosa dos sujeitos sem conjugalidade
3	Experiência amorosa dos sujeitos com conjugalidade
4	Experiência conjugal
5	Avaliação da qualidade de relação conjugal
6	Actividade sexual a partir dos 65 anos
7	Actividade sexual na actualidade
8	Desejo sexual
9	Importância atribuída às práticas sexuais
10	Informação sexual/formação sexual
11	Sexualidade abordada pelo Médico de Família ou Médico particular
12	Sexualidade, mitos e crenças
13	Antecedentes pessoais patológicos
14	Vida social
15	Avaliação da Velhice
16	Questões projectivas e cidadania
17	Avaliação da entrevista

Fonte: Entrevistas realizadas entre 30 de Outubro e 8 de Novembro de 2006.

#### 4- Características geo-sócio-demográfica da amostra

A população da amostra é constituída por 23 mulheres e 22 homens, com uma idade média de 79,4 anos (idade mínima de 68 anos e máxima de 94 anos). Os grupos etários mais frequentes são entre os 70 e os 74 anos (n=14) e entre os 80 e os 84 anos (n=14). A maioria dos idosos entrevistados (n=25) tem idades compreendidas entre os 80 e os 94 anos. Os restantes (n=20) têm idades inferiores a 80 anos.

Outra variável determinante para esta investigação é o estado civil – “situação real em que o indivíduo vive em termos de relacionamento conjugal e perante o registo civil” (I.N.E., 2001). Foi possível constatar, que a maior parte (n=26; 12 mulheres e 14 homens) dos sujeitos da amostra são viúvos, e a maioria tem idades entre 80 e os 84 anos. Todos referiram ter casado pela igreja. Segue-se, o grupo dos casados (n=10; 4 homens e 6 mulheres) da amostra, sendo que 8 dos sujeitos entrevistados referem estar casados pela igreja (situação “de direito”) e 2 vivem em união de facto (situação “de facto”). Quanto ao grupo dos solteiros, este é constituído por 8 sujeitos (3 homens e 5 mulheres) da amostra. Finalmente, 1 homem referiu estar na situação de divorciado.

O factor religioso surge frequentemente na literatura sobre o tema, associado à experiência e às atitudes sexuais dos idosos. De acordo com os dados recolhidos a maioria dos entrevistados são católicos praticantes (n=44). Apenas um indivíduo referiu não ter nenhuma religião. Nenhum dos entrevistados revelou professar outra religião que não a católica.

Quanto ao nível de instrução dos sujeitos da amostra, o conjunto de entrevistados revelou-se relativamente homogéneo, quer em termos educacionais, profissionais e mesmo económicos. A generalidade dos entrevistados possui um nível de instrução baixo. Verificámos que 17 sujeitos sabem ler e escrever e a maioria da amostra não saber ler nem escrever (n=28). Quanto à frequência escolar, 15 indivíduos frequentaram a escola e 30 nunca frequentaram a escola.

Relativamente à situação socioprofissional, a totalidade dos entrevistados encontra-se na situação de reformado(a), sem exercer actualmente nenhuma actividade profissional. A principal fonte de rendimento



dos sujeitos da amostra é a Reforma de Velhice e de Sobrevivência. Importa salientar a heterogeneidade das mensalidades encontrada nas duas Unidades de Observação, provavelmente relacionadas com a natureza jurídica de cada uma das instituições. O valor médio de rendimento dos entrevistados institucionalizados na Unidade de Observação 1, é de 342,11 € *versus* 707,56 € dos da Unidade de Observação 2.

No âmbito da rede social de apoio dos idosos, verificámos que a maioria (n=35) dos entrevistados vive sozinho. Destes, a maioria (n=20) são mulheres e (n=15) são homens.

Relativamente ao enraizamento territorial, verificámos que a maioria da amostra (n=23) é proveniente de Áreas Predominantemente Rurais (A.P.R.), onde residiram a maior parte da sua vida.

De uma forma sumária, verificámos que a amostra do estudo é influenciada pela religião cristã, com um baixo nível de instrução e reduzidos meios de subsistência. Na generalidade, a rede de apoio social é fraca e, na maioria dos casos, limita-se, ao apoio e acolhimento institucional. Em termos demográficos, o elevado número de indivíduos com mais de 80 anos (n=25), sugere a existência de matrizes ideológicas diferentes das que regem actualmente os domínios da sexualidade.

## **5- Apresentação dos principais resultados**

O retrato aqui traçado das vivências sexuais na terceira idade, resultou das descrições verbais daqueles que tiveram a coragem de partilhar connosco as suas histórias, as vivências amorosas, os sentimentos e as angústias.

Contrariamente à ideia preconcebida de “resistência” dos idosos para falarem sobre questões sexuais, a maior parte dos entrevistados revelou abertura para falar sobre o tema, mais evidente na generalidade dos sujeitos do sexo masculino, que apresentaram discursos mais directos expansivos e detalhados. As mulheres, em geral, manifestaram discursos mais contidos, expressões mais ponderadas e menos aprofundadas no detalhe.

### **Experiência amorosa dos sujeitos**

Aquando da análise desta temática verificámos que 4 dos entrevistados nunca tiveram actividade sexual nem relações amorosas. Assim, para sistematizar a análise da experiência sexual dos 45 entrevistados, foram estabelecidas duas subcategorias: “experiência amorosa dos sujeitos sem conjugalidade” e “experiência amorosa dos sujeitos com conjugalidade”.

Com “experiência amorosa sem conjugalidade”, considerámos os 8 sujeitos solteiros entrevistados (3 homens e 5 mulheres), independentemente de terem tido uma relação efectiva heterossexual, com episódios de prática sexual e sem prática sexual, ou seja, com relações afectivas sem matrimónio ou vivência em regime de coabitação.

Com “experiência amorosa com conjugalidade”, considerámos todos os sujeitos entrevistados que tiveram, pelo menos, uma relação efectiva heterossexual (n=37; 19 homens e 18 mulheres), com episódios de prática sexual, antes das relações afectivas pré-matrimoniais ou depois do casamento.

### **Experiência amorosa dos sujeitos sem conjugalidade**

Esta subcategoria foi analisada a partir de duas dimensões de análise: “com actividade sexual” e “sem actividade sexual”. Dos 8 sujeitos considerados, metade (n=4; 1 homem e 3 mulheres) referem ter tido



experiências amorosas com actividade sexual e os restantes (n=4; 2 homens e 2 mulheres) referem nunca ter tido relações amorosas com actividade sexual. As razões apontadas pelos sujeitos solteiros sem experiência sexual (n=4), são por ordem de grandeza, as seguintes: falta de parceiro (n=2), desinteresse sexual (n=1) e medo de rejeição/vergonha (n=1). As razões mencionadas para a situação de solteiro(a) ou para não ter casado, relacionam-se com: motivos religiosos/ideológicos; a influência da família; o desgosto amoroso; a autonomia e a independência e o desinteresse por mulheres. Destas destacamos o desgosto amoroso, narrado por quatro das cinco mulheres solteiras. Provavelmente, por questões de ordem religiosa, convenções e valores sociais, uma mulher vinda de um namoro mal sucedido, dificilmente teria oportunidade de constituir família nas décadas de 50 e de 60 do séc. XX.

### **Experiência amorosa dos sujeitos com conjugalidade**

Após a leitura das entrevistas, foram definidas quatro categorias para este tema: “número de parceiros(as) durante o namoro”, “tipo de namoro”, “duração do namoro” e “idade da primeira relação sexual”. A categoria “tipo de namoro” foi subdividida em duas subcategorias: convencional (namoro relacional sem actividade sexual antes do casamento; e não-convencional (namoro conjugal, ou seja, com prática sexual antes do casamento). Excluimos o grupo dos solteiros (n=8) e considerámos 37 (19 homens e 18 mulheres) sujeitos entrevistados que manifestaram ter relações sexuais ou conjugalidade.

A totalidade dos sujeitos da amostra (n=37) referiu ter tido experiências amorosas pré-conjugais, ou seja, namoraram antes de casar. A média de anos de namoro dos sujeitos da amostra é de 4 anos. A média de anos de namoro para os homens é de 4,5 anos e para as mulheres de 3,4 anos.

Quanto ao número de parceiros sexuais durante o namoro, a amostra revela que 26 entrevistados tiveram dois ou mais parceiros(as). Destes, os homens são quem mais mudou de parceira: 18 homens *versus* 8 mulheres. No entanto, há 11 sujeitos que tiveram um só parceiro(a) e a quase totalidade dos casos são mulheres (n=10). Portanto, a maior parte dos sujeitos entrevistados teve diversas experiências conjugais, pré-matrimoniais, sendo o género masculino o que mais evidenciou este padrão.

Quanto ao tipo de namoro precedido de matrimónio, constatámos que a maioria (n=29) teve um namoro menos convencional e 8 indivíduos um namoro tipo convencional.

Ao nível do género é interessante verificar que, os homens da amostra, para além de terem mudado mais de parceira na fase pré-matrimonial (n=18), representam, igualmente, a maioria dos casos de namoros não-convencionais (n=18). Porém, salientamos que nalguns casos estes namoros não-convencionais eram estabelecidos com mulheres que não a “mulher para casar”.

Quanto à iniciação da vida sexual, variável estudada na generalidade das pesquisas sobre sexualidade humana, foi possível apurar que a idade média da primeira relação sexual é de 19 anos. Para a maior parte dos homens (n=18) essa relação ocorreu antes do casamento, por volta dos 17 anos. No caso das mulheres, os resultados são semelhantes, a maioria das mulheres (n=11) teve a sua primeira relação sexual antes do casamento, por volta dos 18 anos. Para 8 (1 homem e 7 mulheres) dos entrevistados, a primeira relação sexual ocorreu após o casamento.

Ao nível da conduta sexual dos sujeitos, os resultados reforçam a ideia preconcebida da sexualidade genitalizada pelos homens e são reveladores da imbricação existente entre sexualidade, reprodução e organização social, no que concerne à conduta sexual das mulheres. Pelo teor dos discursos, a prática sexual durante o namoro assume significados de género diferentes. Para a mulher o sexo nessa fase conjugal parece ser visto como um compromisso afectivo, uma estratégia matrimonial (ou de aliança) e nalguns casos, a “fuga de casa”. Para os homens, embora o sexo fosse desejado, visto como uma forma de afirmação masculina junto do seus pares, o dever de casar com a mulher com a qual praticassem sexo, parece condicionar o seu relacionamento amoroso.



## **Experiência conjugal**

Neste *item* caracterizámos a forma como os sujeitos da amostra viveram a vida conjugal. Para a maioria dos entrevistados (n=31) o casamento durou entre 30 a 59 anos. A idade do primeiro casamento situa-se entre os 19 e os 29 anos.

Quanto à idade da viuvez, 16 sujeitos entrevistados enviuvaram depois dos 70 anos e 11 antes dos 69 anos. Dos 26 sujeitos viúvos, duas mulheres enviuvaram duas vezes.

Em termos gerais a avaliação que os sujeitos fizeram da qualidade do relacionamento na fase inicial da vida conjugal, é bastante positiva. Esta avaliação é feita pela maior parte dos entrevistados (n=31), sendo que para 20 a sua vida conjugal inicial foi “Muito boa” e para 11 foi, “Boa”.

Quanto à avaliação da vivência conjugal durante a vida, os resultados são igualmente positivos para a generalidade dos sujeitos. As avaliações mais favoráveis são polarizadas pelos sujeitos do sexo masculino (n=16), enquanto que as mais negativas são do sexo feminino (n=9). De uma forma geral, a maioria (n=25) dos sujeitos da amostra avalia a sua conjugalidade de forma positiva, enquanto que 11 avaliam-na negativamente e um elemento não se pronunciou sobre o tema.

Quanto à relação sexual com o parceiro(a), os resultados não diferem significativamente dos anteriores.

## **Actividade sexual**

Ao longo das entrevistas a abordagem dos assuntos subordinados à actividade sexual, foi realizada a partir da pergunta: “hoje em dia ainda mantém activa a sua vida sexual?”. A análise das narrativas conduziu à formulação de várias categorias: “actividade sexual a partir dos 65 anos” (tema 6), “actividade sexual na actualidade” (tema 7), “desejo sexual actual” (tema 8), “importância atribuída a algumas práticas sexuais” (tema 9), “fontes de informação e conhecimentos sobre sexualidade” (tema 10), “abordagem da sexualidade pelo médico de família” (tema 11) e “sexualidade, mitos e crenças” (tema 12). Foram excluídos da análise dos temas 6, 7, 8 e 9, os quatro elementos que referiram ausência de experiência amorosa, considerando-se todos os restantes entrevistados (n=41), independentemente, do seu estado civil.

### **Actividade sexual a partir dos 65 anos**

Quanto à actividade sexual a partir dos 65 anos, 32 sujeitos entrevistados mencionaram que mantiveram a sua actividade sexual a partir desta idade e 8 revelaram que não a mantiveram. Dentro do grupo dos que mantiveram a sua sexualidade activa, 21 sujeitos afirmam que a satisfação na prática sexual também se manteve. Para 11 sujeitos, apesar de manterem activa a sua vida sexual, revelaram-nos que o seu grau de satisfação diminuiu. Os homens (n=18) conseguem manter até mais tarde a actividade sexual (após os 65 anos). Destes, a maioria (n=13) manteve a satisfação na actividade sexual. Das 14 mulheres com actividade sexual a partir dos 65 anos, também a maioria (n=8) referiu manter a satisfação na actividade sexual. Dos 8 sujeitos que não mantiveram actividade sexual a partir dos 65 anos, foi possível aferir que para quase todos (n=7) a vida sexual já não era activa antes dos 65 anos.

As principais causas apontadas para a suspensão ou diminuição da actividade sexual a partir dos 65 anos foram: problemas de saúde do entrevistado(a) (n=5); problemas de saúde do parceiro(a) (n=3); incapacidade inerente à velhice (n=3); e com menos evidência, seguem-se os motivos relacionados com a perda do parceiro(a), a privação da sua intimidade, o ódio pelo parceiro, as relações conflituosas e a rejeição pelo parceiro. Vejamos algumas das narrativas que comprovam os resultados.



## **A actividade sexual na actualidade**

Este tema foi avaliado através das respostas à pergunta: “ainda pratica sexo?”. As narrativas permitiram aferir o número de sujeitos entrevistados que mantêm actividade sexual, o número dos que deixaram de ter actividade sexual, a idade da última relação sexual e os motivos evocados para *o terminus* da vida sexual. Na análise considerámos apenas os sujeitos da amostra que na categoria anterior (actividade sexual a partir dos 65 anos) referiram manter activa a sua vida sexual. Excluíram-se todos os indivíduos que deixaram de ter actividade sexual antes ou depois dos 65 anos. Assim, a amostra foi constituída por 32 sujeitos.

Dos 32 sujeitos que mantiveram actividade sexual a partir os 65 anos, 8 afirmaram que a sua actividade sexual se mantém na actualidade e 24 referem não ter actividade sexual na actualidade.

Dos sujeitos sem actividade sexual na actualidade, a idade média da última relação sexual foi aos 75 anos, sendo que, em média, para os homens foi aos 79 anos e para as mulheres aos 71 anos.

A idade mínima da última relação sexual foi aos 68 anos e a idade máxima encontrada aos 91 anos. É no grupo etário entre os 70 e 79 anos que a generalidade dos sujeitos cessa as relações sexuais. No entanto, não deixa de ser significativo para esta investigação o número de entrevistados (n=7) que referiram ter tido a sua última relação sexual entre os 80 e os 91 anos.

## **Desejo sexual**

Optámos por considerar a totalidade dos indivíduos que compõem a amostra do estudo (n=45), independentemente, das vivências sexuais. A maioria dos sujeitos entrevistados (n=25) referiu não ter actualmente desejo sexual, contra 20 que mantêm o desejo sexual. Destes últimos, 12 são homens e os restantes 8 são mulheres. Quanto aos motivos ou circunstâncias que influenciam o desejo sexual, 10 sujeitos indicaram os condicionalismos institucionais, 10 a velhice, 8 os problemas de saúde ou doença pessoal, 6 os problemas de doença do parceiro(a), 6 a morte do parceiro(a), 3 a falta de parceiro conjugal e 2 os actos de violência doméstica sobre as mulheres. Os resultados demonstram, igualmente, que a velhice, a morte do parceiro e a doença do parceiro são as situações que mais influenciam a vida sexual da mulher idosa. Enquanto que para os homens, é o estado geral de saúde e a institucionalização.

## **Importância atribuída às práticas sexuais**

Importa agora ver o que pensam os idosos da nossa amostra sobre as práticas sexuais. Para isso, excluíram-se 4 entrevistados que nunca tiveram relações sexuais e perguntámos aos restantes 41 – “O que mais valoriza no acto sexual?”. A partir das narrativas definiram-se três categorias temáticas: as carícias, os beijos e abraços, a manipulação dos órgãos genitais e o coito.

## **Carícias, abraços e beijos**

Dos sujeitos entrevistados (n=41), 37 consideram muito importante para a sua sexualidade as carícias, os abraços e os beijos. Apenas 3 atribuíram pouca importância aos preliminares sexuais. As mulheres (n=19) valorizam ligeiramente mais que os homens (n=18) os aspectos ditos “preliminares sexuais”.



### **Manipulação dos órgãos genitais**

A manipulação dos órgãos genitais foi a categoria definida para enquadrar as narrativas dos idosos em relação à masturbação, ao sexo oral e anal. Dos 41 sujeitos considerados, 13 (11 mulheres e 2 homens), não se manifestaram perante estas práticas sexuais. As mulheres (n=7), em geral, atribuem “Pouca importância” a estas práticas, contrariamente aos homens (n=16).

Os dados até aqui apresentados parecem acentuar que os idosos da amostra têm preferências conservadoras relativamente às práticas sexuais.

### **A importância do coito genital**

Nesta categoria analisámos as narrativas sobre a importância que os idosos atribuem ao coito genital no âmbito da sua sexualidade. Verifica-se que os homens (n=18) valorizam mais o coito que as mulheres (n=9). É de relevar, mais uma vez, o número significativo de mulheres que não abordou este assunto (n=7). Estes resultados confirmam os pressupostos de Crawford (2002), ao referir que a maioria ainda entende a sexualidade como coito. Portanto, é o género masculino, mesmo em idade geriátrica, que mantém a iniciativa da prática do sexo genital ou coital.

### **Informação sexual/formação sexual**

Para a maioria (n=37) dos 45 elementos entrevistados, a principal fonte de aprendizagem e formação sexual residiu na experiência pessoal. Este resultado está em consonância com o baixo nível de instrução da amostra e com a falta de educação sexual patente na sociedade pré revolução de 25 de Abril de 1974. A aprendizagem sexual era um processo que normalmente estava associado à iniciação da vida sexual. Era tabu nas escolas e nas famílias.

### **Sexualidade abordada pelo Médico assistente**

No âmbito do tema sobre “informação e conhecimento acerca da sexualidade”, entendemos ser premente perguntar aos entrevistados qual é a importância que o Médico assistente teve na formação do seu conhecimento sobre sexualidade. A partir da pergunta – “Já alguma vez abordou com o seu médico assistente a sua vida sexual?” – concluímos que a maioria (n=43) dos entrevistados nunca abordou a sua vida sexual com o seu médico assistente. Apenas 2 referem ter conversado com o seu médico.

Quanto aos motivos mais evocados, eles relacionam-se com alguns estereótipos e preconceitos de género, a falta de tempo e a falta de formação dos médicos para abordarem a temática da sexualidade na terceira idade.

## **4- Conclusões**

Os resultados permitem-nos validar a hipótese de investigação – *o processo de envelhecimento natural dos indivíduos não impede o desenvolvimento de uma vida sexual na velhice* – na medida em que a



maioria (n=32) dos indivíduos (14 homens e 18 mulheres) manteve a actividade sexual a partir dos 65 anos e, destes, 8 mantêm a actividade sexual na actualidade (4 homens e 4 mulheres).

Sugerem ainda haver aspectos determinantes para a actividade sexual dos idosos: a idade e o género; o estado civil (a actividade sexual é mais frequente nos sujeitos casados e o facto de serem casados tem uma influência maior sobre a actividade sexual das mulheres); o estado de saúde ou as condições físicas do sujeito; a forma como o sujeito experienciou a sexualidade ao longo das diversas fases da vida.

Quantos aos principais aspectos condicionantes da actividade sexual na terceira idade para os homens, são o aparecimento de uma doença, a morte da parceira e a institucionalização e, para as mulheres, perda do parceiro, uma doença do parceiro ou uma doença de ambos.

Finalmente, sugerem que a problemática da sexualidade na terceira idade é pouco abordada nas consultas de Medicina Familiar e nas instituições de acolhimento a idosos.

## 5 - Propostas de trabalho

- ◆ Análise da situação social e sexual dos idosos em Portugal.
- ◆ Desenvolvimento de campanhas de sensibilização a todos os membros da sociedade sobre o direito à sexualidade na terceira idade – “Sociedade para todas as sexualidades”.
- ◆ Promoção da investigação e do intercâmbio de informação sobre sexualidade da pessoa idosa.
- ◆ Elaboração e implementação de programas que promovam o envelhecimento sexual activo.
- ◆ Obtenção de um consenso sobre sexualidade dos idosos e elaboração de *guidelines* de actuação ou directrizes no sentido da promoção e saúde sexual da pessoa idosa.
- ◆ Implementação de programas de formação sexual permanente a profissionais de saúde e população em geral.
- ◆ Organização de debates sobre o desenvolvimento da sexualidade na velhice.
- ◆ Implementação ao nível das instituições prestadoras de cuidados de saúde primários, de um gabinete para o atendimento, promoção e saúde sexual da pessoa idosa.
- ◆ Implementação de um Programa Nacional para a Saúde Sexual da Pessoa Idosa.
- ◆ Implementação de uma linha telefónica para esclarecimentos de dúvidas a idosos sobre sexualidade.
- ◆ Nos lares e/ou instituições afins, os seus técnicos de saúde, deverão tentar compreender a história sexual do(a) idoso(a) e saber orientá-lo(a) com o objectivo da manutenção de uma sexualidade saudável.

**Bibliografia:**

- BUTLER, Robert; LEWIS, Myrna – **Sexo e amor na terceira idade**. Trad. Ibanez de Carvalho Filho, 2ª ed., SUMMUS, São Paulo, 1985.
- CAPODIECE, Salvatore – **A idade dos sentimentos. Amor e sexualidade após os sessenta anos**. EDUSC, Bauru, 2000.
- DUMONT, Louis – **O Individualismo. Uma Perspectiva Antropológica da Ideologia Moderna**. Rocco, Rio de Janeiro, 1993.
- GIDDENS, Anthony – Transformações da Intimidade. Sexualidade, Amor e Erotismo nas Sociedades Modernas. 2ª Ed., Trad. Rosa Maria Prevez, Celta Editora, Oeiras, 2001.
- KINSEY, Alfred Charles, *et al.* – **Sexual behaviour in the human female**. Saunders, Philadelphia, 1948.
- LEANDRO, Maria Engrácia – **Assumir o Entardecer da Vida – novas atitudes se impõem**. In Cadernos do Noroeste, vol.7, (2), Braga, 1991, pp. 359-367.
- LÓPEZ, Félix; FUERTES, António – **Para Compreender a Sexualidade**. Associação para o Planeamento da Família, Lisboa, 1999.
- MASTER, William H; JOHNSON, Virginia E. – **Human Sexual Response**. Little Brown, Boston, 1966.
- MASTERS, William H.; JOHNSON, Virginia E. – **As Reacções Sexuais**. Editora Meridiano, Lisboa, 1988.
- PASCUAL, Cosme Puerto – **A Sexualidade do Idoso Vista com um Novo Olhar**. Edições Loyola, São Paulo, Brasil, 2002.
- KAISER, Fran E. – “Sexuality in the Elderly.” **Geriatric Urology**, 23 (1), 1996, pp. 99-107.
- PEREIRA, Nuno Monteiro – “Terceira Idade sem Limites”. In Newsletter ed. 4 de Março do **Jornal Correio da Manhã**, 2007.
- VAZ, Júlio Machado; CRAWFORD, Marta – “Estudo em Portugal. Só Metade das Mulheres está Feliz com a Visa Sexual”. **Revista Nova Gente**, 1367, (Novembro/Dezembro), 2002, p.114-115.
- GARRY, Ronald; MONTEIRO, Cáceres – “Viver Melhor, Viver Mais. Segredos para Envelhecer com Saúde”. In **Dossier de Saúde da Universidade de Harvard, Visão/ Harvard Medical School**, n.º 475, 2001, pp. 21, 23.
- VALERA, Jesus; PASCUAL, Beatriz, *et al.* – “Factores biológicos, psicológicos y sociales de la sexualidade n los ancianos”. In **Revista Mult. Gerontol**, Centro de Ciencias de la Salud Universidad de Las Palmas de Gran Canaria, n.º14 (3), 2004, pp. 150-157.
- VASCONCELLOS, Doris; NOVO, Rosa, *et al.* – “A sexualidade no processo de envelhecimento: novas perspectivas, uma comparação transcultural”, In **Revista Estudos de Psicologia**, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, vol. 9, n.º3, Setembro/Dezembro, Natal, Brasil, 2004, pp. 413-419.
- MENEZES, Léslie; ROSSI, Viviane; KUDE, Vera – “Sexuality aspects in Third Age”. In **Arquivos Médicos**, ed. ULBRA, Universidade Luterana do Brasil, n.º1/Maio, 2005, pp. 117-137.
- REIS, Cláudia; CASTRO, Nely – “Sexualidade na terceira idade: não posso, não quero ou não devo. O mito da dessexualização das idosas e a influência da estereotipia negativa e as suas consequências na vida afectiva e sexual”. In **Revista de Iniciação Científica Newton Paiva**, São Paulo, 2002, pp. 1-21.
- \_\_\_\_\_ – “Idosos que fazem sexo são mais saudáveis”. In ed. de 14 Janeiro, **Newsletter do Jornal New York Times**, 2008
- ROTH, Philip – **O Animal Moribundo**. 2ª ed., Publicações Dom Quixote, Lisboa, 2006.



BAPTISTA, António Alçada – **O Tecido do Outono**. 6ª ed., Editorial Presença, Lisboa, 2001.

<sup>i</sup> A este propósito consideramos fundamental fazer-se a distinção entre “alterações fisiológicas na actividade sexual na velhice” e as “alterações patológicas da actividade sexual na velhice”. Enquanto que as primeiras resultam do processo natural de envelhecimento dos indivíduos, as segundas são causadas por situações de doença e/ou por tratamentos a ela associados.

<sup>ii</sup> A problemática da sexualidade na terceira já começou a despertar o interesse de alguns cineastas. Destacamos dois filmes, que de uma forma mais ou menos explícita afluam a temática. O primeiro filme, é o “Sarabande” realizado pelo cineasta e dramaturgo sueco, Ingmar Bergman, em 2003, que conta a história de um drama familiar centrado em torno de relações afectivas e amorosas experiências por idosos. O segundo, é um filme da autoria de Michell Roger, intitulado “The Mather” (A mãe), também de 2003, e que apresenta um olhar cáustico sobre a hipocrisia na sociedade britânica actual relativa ao amor e sexo na terceira idade. É um filme forte, corajoso e sentimental sobre a vida sexual de uma mulher que também é mãe, avó e viúva. Uma mulher que se entrega aos prazeres carniais depois de uma sessão de sexo furtivo com o jovem namorado da filha.